ZAMAN 14 MAYIS 2005 CUMARTESİ SAYI: 127 ZAMAN'LA BİRLİKTE SATILIR www.zaman.com.tr/ailem

ailem

YOGA, REİKİ, MEDİTASYON NE KADAR MASUM?



İÇİNDEKİLER

ZAMAN ailem

14 MAYIS 2005 CUMARTESİ SAYI: 127

Feza Gazetecilik A.Ş. Adına İmtiyaz Sahibi	Ali Akbulut
Genel Yayın Müdürü	Ekrem Dumanlı
Yayın Danışmanı	Hamdullah Öztürk
Yayın Editörleri	Serhat Şeftali Mustafa Aydın Şemsinur B. Özdemir
Katkıda Bulunanlar	Ali Demirel Ali Budak
Tasarım	Mehmet Şimşek
Kapak	Orhan Nalın
Sorumlu Müdür ve Yayın Sahibi Temsilcisi	Yakup Akalın
Reklam Koordinatörü	Yakup Şimşek
Yayın Türü	Yaygın Süreli

Çobançeşme Mh. Kalender Sk. No: 21. 34196 Yenibosna-İstanbul Tel: 0212 639 34 50 (pbx) www.zaman.com.tr
Baskı: Feza Gazetecilik AŞ Tesisleri

http://www.zaman.com.tr/ailem
Öneri ve teklifleriniz için: ailem@zaman.com.tr

Utanarak inanmak!

Bazı ekoller ve uygulamalar insana modernliği çağrıştırır. Dinç ve sağlıklı kalmak adına bu şeylere sarılır; belki övünerek yaparız onları. Genelde bizim köklerimizden gelmeyen Doğu kaynaklı akımlardır bunlar. Kişilik eğitimi, kendini denetleme, özgüven ve yeteneklerini çıkarabilme bugün çok daha önemli. Belki her biri için ayrı ayrı kitaplar ve kurslar var. Ama bir yanda bizi daha fazla üretmeye iten bir iş temposu, bir türlü yakalanamayan mutluluk bizim en büyük sorunlarımızdan sadece ikisi. Fazla agresif olmamaya, kendimizi kontrol etmeye ve bugün daha da fazla spor yapmaya ihtiyacımız var.

Aysun Hanım'la Halit Bey'in iyi bir işleri, iyi bir çevreleri ve iyi bir evleri var. İşten arta kalan vakitlerinde spor yapmayı ihmal etmiyorlar. Bunun için yeni şeyleri denemekten de çekinmiyorlar. Bunlardan biri de farklı yoga teknikleri. Kendilerini rahatlattığını, mutlu ettiğini, vücutlarının daha sağlıklı bir hale geldiğini söylemekten çekinmiyorlar. Halit Bey, yogayı sadece spor için yaptığını ifade ediyordu. Ama Aysun Hanım, yoga öğretmenlerinin zaman zaman, "Ben bunu neden yapıyorum? Bunun ardındaki fikir nedir?" diye düşünmelerini istediğini söylüyor. Öğretmenleri onlara, "Yoga sadece bir duruş değildir. Yoga insana aklını kontrol etmeyi öğretir. Yoga, bireysel ve bütünsel ruh ile mutlak arasındaki birlikteliği sağlar." dediğini de ekliyor. Çoğu insan Doğu akımı bu tür etkinliklere spor amacıyla başlıyor. Masum spor faaliyetlerinin ardında bir dizi inanışın olabileceği belki de hiç fark edilmiyor.

***

İnandığı gibi yaşayamamak, inandığını ifade edememek birçok insanın sorunu. Bu sorun zamanla bastırılmış duyguların ağırlık oluşturduğu bir inanca dönüşür. İnandığı şeyleri yapmak için sessizliği tercih etmek, kimsenin görmemesine özen göstermek âdetten olmaya başlar. Her ne kadar Allah'a (cc) ve O'nun gönderdiği son peygamber Muhammed Mustafa (sas)'ya inanılsa da, bu, övünülecek bir durum olmaktan çoktan çıkmıştır. Utanarak inananlardan birisi de Aydın Bey'dir. Onun "Evet inanıyorum ve bunları yaşamaya çalışıyorum; ama bazı şeyler ..." demesinin ardında utanarak inanmasının bir payı vardır.

Bir Müslüman işine inancını alet etmez. İnandığı şeylere zarar gelmesin diye de tedbirli davranır. Ama bu onu utanarak inanmaya da sürüklemez.

Utanarak inanmaya götüren sebeplerden biri insanların karşı karşıya kaldıkları modernlik baskısıdır. İyi bir işe sahip, iyi bir maaşı olan ve iyi giyimli bir Aysun Hanım'la, Halit Bey, içlerinde kıpırdaşan Allah inancını yaşatmak istediklerinde karşılarında gerici, yobaz damgasını yemiş gruplar, insanlar, kitaplar, simgeler ve bir inanış bulur. Ayrıca Doğu felsefesi kaynaklı yogalar, meditasyonlar, alageldikleri dergi ve gazetelerde her daim güzel mankenlerin özel çekilmiş fotoğraflarıyla zihinlerinde yer etmiştir. Bir tarafta güzel mankenlerin yaptığı yoga, diğer tarafta kötü giyimli kötü çehreli bir inanış. Bir tarafta, insana huzur ve mutluluk dağıtan renkli ve cazibeli bir hayat, diğer tarafta damga yemiş, bulanık bir yaşam. Bir tarafta modernite, diğer tarafta sıradan ve geleneksel bir yaklaşım. Sonuç: Bir insan inanmaktan vazgeçirilemese bile utanarak inanmaya mahkum edilmiştir.

Serhat Şeftali | s.seftali@zaman.com.tr

KISA KISA

اِقْرَأُوا الْقُرْآنَ فَإِنَّهُ يَأْتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ شَفِيعًا لِأَصْحَابِهِ

İkraû'l-Kur'âne feinnehû ye'tî yevme'l-kıyâmeti şefîan lieshâbihî

Kur'ân okuyun! Çünkü o, kıyamet günü okuyanları için şefaatçi olarak gelir. (Müslîm, Misafirin, 253)

Öfke, insanın içinde tutuşan bir kordur

Ebû Saîd el-Hudrî (ra) anlatıyor: "Bir defasında Resûlullah (sas) ikindi namazını kıldırdıktan sonra ayağa kalktı, bize, kıyâmet saatine kadar olacak hâdiselerden haber vermedik olay bırakmadı. Sözlerini belleyen belledi, unutan da unuttu. Ezcümle şöyle demişti:

Şüphesiz dünya göz alıcı ve tatlıdır. Allah sizi yeryüzünde hükümrân kılacak da nasıl amel edeceğinize bakacak. O halde dünyadan korunun, kadınlardan sakının. İsrâiloğulları arasında fitne ilk olarak kadınlar yüzünden ortaya çıkmıştı. Haberiniz olsun! Âdemoğulları çeşitli tabakalarda yaratılmıştır. Kimisi mü'min olarak doğar, mü'min olarak yaşar, mü'min olarak ölür. Kimisi kâfir olarak doğar, kâfir olarak yaşar, kâfir olarak ölür. Bir kısmı mü'min olarak doğar, mü'min olarak yaşar ve fakat kâfir olarak ölür. Diğer bir bölümü de kâfir doğar, kâfir yaşar, mü'min olarak ölür.

İyi dinleyiniz!

Gazab (öfke) âdemoğlunun içinde tutuşan bir kordur. Gözlerinin kızardığını, boyun damarlarının şiştiğini görmez misiniz? Biriniz böyle bir halet hissettiğinde hemen yere otursun, yere otursun.

İyi dinleyiniz!

Erkeklerin en hayırlısı geç kızıp çabuk yatışan, en kötüleri de çabuk kızıp geç barışandır. Geç kızıp geç yatışan ile çabuk sinirlenip çabuk yatışanların bu vasıfları birbirine denktir.

İyi dinleyiniz!

Tâcirlerin en hayırlısı, ödemesi ve istemesi güzel olandır. Tüccarların en fenâsı da ödemesi kötü, istemesi kötü olandır. Ödemesi güzel, istemesi kötü olanın bu vasıfları da birbirine denktir.

Haberiniz olsun!

Kıyâmet günü her hâin için yaptığı hıyanet oranında bir bayrak tahsis edilir. İyi dinleyin! En büyük hâinlik de âmmenin idâresini deruhte etmiş olanın hâinliğidir.

İyi dinleyin!

İnsanlardan korkup çekinme hissi hiç kimseyi, bildiği gerçekleri söylemekten alıkoymasın.

Haberiniz olsun!

En üstün cihât zâlim idârecinin huzurunda hakkı söylemektir. *(İmam Ahmed b. Hanbel ve Tirmizî)*

Lokum testi

Duygulara ve dürtülere karşı koyabilme ve onları geciktirebilme becerisini ölçmek için, Stanford Üniversitesi'nden psikolog Walter Mischchel, yuva çocuklarına lokum testini uyguladı. Üniversite öğretim üyelerinin çocukları olan bu grup, üniversiteye gidinceye kadar izlendi. Sabırlı ve sabırsız çocuklar olarak iki gruba ayrılıp değerlendirildi. 4 yaşındaki yuva çocuklarına baştan çıkarıcı lokumlar sunuldu. Çocuklara, "15 dakika beklerseniz iki tane lokum alabilirsiniz; ama hemen alırsanız bir tane vereceğiz." denildi.

Bir grup çocuk, öğretmen odadan çıkar çıkmaz lokumu aldı. Diğer çocuklar ise gözlerini kapayıp oyun oynayarak 15 dakikayı geçirdiler. 15 dakika sonra ödül olarak çift lokum aldılar. Bu çocuklar ergenlik çağına geldiklerinde, ilk deneyde doyumu erteleyebilen çocukların dikkat çekici bir biçimde duygusal ve sosyal farklılıklar gösterdikleri saptandı. Baştan çıkmaya karşı koyan çocuklar, sosyal açıdan daha yeterliydiler. Hayattaki zorluklarla daha iyi mücadele ediyorlardı. Stresli durumlarda donup kalma, çözülme veya çocuklaşma gibi tepkiler vermiyorlardı.

Özgüveni daha yüksek, çevresine güven veren, inisiyatif kullanabilen gençler olmuşlardı. Anlık doyumu erteleme konusunda hâlâ başarılıydılar. Lokumu hemen kapan çocuklar, grubun üçte birini oluşturuyordu. Bu çocuklar psikolojik açıdan daha sorunlu görünüyorlardı. Kararsız, doyumsuz, inatçı, kıskanç, sinirli, stres karşısında güvenlerini kaybeden, kendilerini kötü gören, donuklaşan, çocuklaşan ayrıca insanlara zor güvenen ve hak ettikleri karşılığı alamadıklarından şikâyet eden gençler olmuşlardı. Çoğunun kilo sorunu da vardı. Dört yaşındayken sabırla bekleyen çocuklar, fikirleri ileri yaşlarda daha iyi ifade edebiliyorlardı. Mantıklı davranıyorlardı. Dikkatlerini topluyor, konsantre oluyor, plan yapabiliyorlardı. Zeka testlerinde zeka puanları yüzde 20 daha fazla çıkıyordu. Hedef uğruna dürtüleri erteleme bir özdenetim becerisidir. Bu beceri, temel bir psikolojik beceridir ve hayat başarısı için çok önemlidir. Küçük yaştan itibaren beynimize bu beceriyi kimyasal harflerle yazmak gerekir. Yeme dürtüsüne hakim olmayı başaran kimse, hayatı üzerinde öz-denetim kurmada da başarılı olma şansı yakalar.





İnsanlar arasında konuşulan ve verilen sözün çok büyük bir önemi vardır. İnsan, arkadaşı için bile yalancı şahitlik yapamazken, nasıl Allah adına yalan yere yemin edebilir?

■ **MEHMET AYDIN**

Yalan yere YEMIN

İnsan bu dünyada inançları ve haysiyeti için yaşar. Hele hassas bir Müslüman son nefeste imanla kabre girme endişesini sürekli yaşadığı için kul haklarından azami derecede kaçınır. Sözü senettir, sözünün eridir. Yalan yere yemin etmeyi bırakın, yalancı şahitlik yapmak hiçbir şekilde onun hakkında bahsedilemez. İslam'ın yasakladığı büyük günahların en büyüklerinden (ekber-ül kebâir) biri de yalancı şâhitliktir. Cenab-ı Hakk'a ve ölümden sonraki hesap gününe iman etmiş birinin beş para etmeyecek dünya menfaati için mahkeme önünde ya da bir tartışma anında yalan yere yemin ederek haklıyı haksız, haksızı haklı çıkarması affedilmeyecek derecede büyük bir günahtır. Yalancı şâhitlik, Allah'a şirk koşmaktan sonraki en büyük günahlardandır. Kur'an'ın açıkça lanetlediği yalancı şahitlikle ilgili olarak bir diğer hadis-i şerifte "Şâhitlik için çağırıldığı halde, bildiğini gizleyerek şâhitlikten kaçınan kimse, yalancı şâhitlik yapmış gibidir." buyurulmuştur.

Yalan yere şâhitlik yapan, öncelikle âhiretini yakarak kendini perişan etmiştir. Yapacağı hırsızlığa ve haksızlığa (hâşâ) Allah'ı şahit tutarak cehennemi kendi kendine satın almış, bile bile tercih etmiştir. Bir masumun ve onun daha sonra dünyaya gelecek çocuklarının, torunlarının hakkını heder etmiş, maddi manevi musibetlere düşmesine vesile olmuştur. En önemli konu da cemiyetin ayakta durması için en temel esaslardan biri olan adalet mekanizmasını ve adalet duygusunu yerle bir etmiştir.

Yalan yere yemin, yalan yere şahitlik Cenab-ı Hakk'ın gazabını çeken davranışlardandır.

HAYAT

Zinanın, hırsızlığın, bile bile oruç bozmanın, hatta bir şekilde cinâyetin bile bu dünyada kefâreti vardır. Ancak yalancı şâhitliğin kefâreti yoktur. Gerçi mahkemeye suçunuzu arz etseniz size mutlaka bir ceza verilecektir. Ama bu sizin affedileceğiniz anlamına gelmez. Sadece pişmanlık ve tövbe bu hakkı ortadan kaldırmaz. Çünkü bu, bir kul hakkıdır. Mağdur tarafın zararı telafi edilmeden, helalliği alınmadan affı ummak çok zordur. Onun için hatıra, komşuluğa, akrabalığa bakarak doğruluktan ayrılmamak gerekiyor. Mü'min, Âkif merhumun dediği gibi "sözü odun gibi de olsa sadece hakikat olan" bir doğruluk ve adâlet insanıdır.

Büyük günah

İki Cihan Serveri ve "emîn" sıfatının kutlu sahibi Sevgili Peygamber'imiz, bir gün can dostlarına büyük günahlar hakkında bilgi verirken, bunların, Allah'a şirk koşmak, haksız yere insan öldürmek, ana-babaya âsi olmak ve yalancı şâhitlik yapmak olduğunu söylemişlerdir. *(Buhârî, Şehâdet, 10)*

"Ey iman edenler! Adaleti, titizlikle ayakta tutun, kendiniz, ana-babanız ve akrabanız aleyhinde de olsa, Allah için şâhitlik eden kimseler olun. Haklarında şâhitlik ettikleriniz zengin olsunlar, fakir olsunlar Allah onlara sizden daha yakındır. Hislerinize uyup adâletten sapmayın, şâhitliği eğip büker, yahut şâhitlik etmekten kaçınırsanız biliniz ki Allah, yaptıklarınızdan haberdardır."

(Nisa Sûresi, 135)

Tarihteki meşhur FÂTIMA'lar

ALİ DEMİREL

Fatma deyince aklımıza hep Efendimiz'in ciğerparesi Hz. Fâtıma (radiyallâhu anhâ) gelir. Toplumumuzda çok yaygın bir isim olarak kullanılan Fatma isminin aslı Fâtıma'dır. Ancak bu isim, bizde Fatma şeklinde meşhur olmuştur.

Hz. Fâtıma, Efendimiz'in (sallallâhu aleyhi ve sellem) soyunu devam ettiren gül neslinin anasıdır. Lakabı "beyaz, parlak ve aydınlık yüzlü kadın" anlamında Zehra olmakla beraber "iffetli ve namuslu kadın" anlamındaki Betül adıyla da anılmıştır.

Allah Rasulü'nün en küçük kızı olan Hz. Fâtıma Validemiz'in hayatının bin bir türlü çile, ıstırap ve gözyaşıyla dolu olduğunu görüyoruz. Ancak o, İnsanlığın İftihar Tablosu'nun kızı olmakla da dünyanın en bahtiyar ve mutlu insanıydı aynı zamanda. Babasıyla arasında evlat-baba ilişkisinin üstünde ayrı bir sevgi bağı vardır. Her anı ayrı bir hareket, horlama, işkence ile geçen İslam daveti esnasında babasını hiç yalnız bırakmamış ve onu adım adım takip etmiştir.

Hz. Ali ile evlenen Hz. Fâtıma'nın, Hasan, Hüseyin, Muhassin, Ümmü Gülsüm ve Zeynep olmak üzere beş çocuğu dünyaya gelmiştir. Allah Rasulü'nün vefatının vermiş olduğu üzüntüye fazla dayanamamış ve babasından yaklaşık beş buçuk ay sonra vefat etmiştir. Tarihe baktığımızda Hz. Fâtıma'dan başka meşhur olan Fâtıma'ların da olduğunu görüyoruz. Şimdi onlardan bazılarını kısaca tanıyalım.

Hz. Ali'nin annesi: Fâtıma binti Esed

Hz. Ali'nin annesidir. Kocası Ebu Talib, amcasının oğludur. Efendimiz, Ebu Talib'in himayesi altında iken sekiz yaşına kadar Allah Rasulü'ne annelik yapmıştır. Efendimiz'in, "Annemden sonra annem" dediği Fâtıma binti Esed, Ebu Talib'in ölümünden hemen sonra Müslüman olmuş ve hicretin ilk yıllarında da vefat etmiştir.

Hz. Ömer'in kız kardeşi: Fâtıma binti Hattab

Hz. Ömer'in kız kardeşidir. Cennetle müjdelenen on sahabeden birisi olan Said b. Zeyd ile evlenmiş ve bu evlilikten Abdurrahman adında bir oğlu dünyaya gelmiştir. Mekke devrinde Müslümanlara yapılan eziyet-



"Fâtıma" isimli büyüklerimiz, yaşadıkları örnek hayatlarla tarihin şeref levhalarını oluşturmaktadır.

lerden kurtulmak için eşiyle birlikte Habeşistan'a hicret etmiştir. Abisi Hz. Ömer'in Müslüman olmasına vesile olmuştur. Efendimiz'i öldürmek için yola koyulan Hz. Ömer, kız kardeşinin Müslüman olduğunu öğrenince öncelikle kardeşinin evine gitmiş, eniştesi Said b. Zeyd ve kız kardeşini tartaklamıştır. Ağzı yüzü kanlar içinde kalan kız kardeşinin o hali Hz. Ömer'in yumuşamasına vesile olmuş ve daha sonra Allah Rasulü'nün huzuruna giderek Müslüman olmuştur.

Hz. Hüseyin'in kızı: Fâtıma binti Hüseyin

Hz. Hüseyin'in kızıdır. Evlenme çağına gelince babası onu kardeşi Hz. Hasan'ın oğlu Hasan'la evlendirmiştir. Babası Hz. Hüseyin'in şehit edildiği sırada o da orada bulunuyordu. Esir alınmışsa da daha sonra serbest bırakıldı. Eşinin ölümünden sonra evlenmemeye yemin ederek bir yıl yas tuttu. Daha sonra Hz. Osman'ın torunu Abdullah b. Amr onunla evlendi. Dindarlığı ile tanındığı kadar şairlik tarafı da olan Fâtıma binti Hüseyin, hadis de rivayet etmiştir.

Büyük hadis alimi: Fâtıma binti Sa'd el-Hayr

Babası Ebu'l-Hasan Sa'dü'l-Hayr hem tüccar hem de hadis alimiydi. Bu sebeple çok küçük yaşta hadis muhitiyle tanıştı ve önemli hocalardan hadis ilmi tahsil etti. Devrinin tanınmış vaizlerinden fıkıh ve tefsir alimi İbn Nüceyye ile evlendi. Hayatını hadis ilmine adadı ve bu ilmin önemli simalarından birisi haline geldi.

Hayatını hadis ilmine adayan hanım: Fâtıma binti Süleyman

Hadis alimidir. Dımaşk'ta dünyaya geldi. Kendisi gibi hadisçi olan babasından ilk derslerini aldı ve devrinin tanınmış hadis âlimlerinden istifade etti. Hiç evlenmeyerek bütün hayatını ilme veren Fâtıma binti Süleyman, servetiyle medreseler inşa ettirdi.

Zamanının fıkıh otoritesi Fâtıma binti Alaeddin es-Semerkandiyye

12. yüzyılda Semerkand'da doğmuş fıkıh âlimidir. Hanefi fıkıh otoritelerinden biri olan Fâtıma Hanım, kendisi de fıkıh alimi olan eşi Kâsâni'nin hatalarını düzelttiği gibi zaman zaman Kâsâni de tereddüde düştüğü fıkhî meselelerde ona başvurmuştur.



Sarılık deyip geçmemek gerekiyor. Ancak telaş edip, paniğe kapılmaya da gerek yok. Yenidoğan bebeklerin sarılık tedavileri oldukça kolaydır. Fototerapi tedavi için yeterli olmaktadır.

■ DR. HIZIR YILMAZ*

Bebeğim sarılık



Deri neden sararır?

Normalde ömrünü dolduran alyuvarların yıkımı ile oluşan bilirubin, karaciğerde işlendikten sonra safra yoluyla bağırsağa atılarak vücuttan uzaklaştırılır. Aşırı alyuvar yıkımı, karaciğer bozuklukları ve safra yollarının tıkanması vücutta bilirubin birikimine neden olur. Başta kan uyuşmazlıkları olmak üzere bazı hemolitik hastalıklar, enzimatik ve metabolik bozukluklar, doğumsal enfeksiyonlar, karaciğer iltihapları, safra yolları ve bağırsak tıkanıklıkları gerek üretim artışı gerekse atılım azalmasıyla bilirubin birikmesine neden olurlar. Vücutta biriken bilirubinin maddesinin vücut dokularıyla beraber derimizi de boyaması sonucu ciltte sararma meydana gelir.

Fizyolojik Sarılık

Doğum sonrası dönemde sarılık oluşumuna fizyolojik eğilim mevcuttur. (Bu arada bu tür sarılığın bulaşıcı olmadığını ve karaciğerin mikrobik iltihabına bağlı olan sarılıktan ayırt edilmesi gerektiğini de ifade etmemiz gerekir). Bu nedenlerle zamanında doğanlarda yüzde 60 prematürelerde yüzde 80 oranında, belli seviyeleri aşmayan, bebeğe herhangi bir zararı olmayan halk arasında kundak sarılığı diye tabir edilen fizyolojik sarılık görülmektedir. Fizyolojik sarılık genellikle bebeğin göz ve yüzüyle sınırlıdır. Gövdeye yayılan sarılık fizyolojik sınırların aşıldığına, uyluk ve bacaklara yayılma ise sarılığın ilerlediğine işaret eder.

Tedavisi ihmal edilmemeli

Yenidoğan sarılığının takip ve tedavisi oldukça kolaydır. Topuktan alınan bir damla kanla sarılığı ölçmek mümkün olmakta, erken teşhis ile kısa süreli fototerapi uygulamak tedavi için yeterli olmaktadır. Tedavi geciktiğinde sarılığın aşırı yükselmesi nedeniyle beyin hasarı olabilmekte, sarılık kan değişimi ile düşürülse bile beyin tahribatı kalıcı olmaktadır. Maalesef bu bebeklerin, hafif zeka geriliğinden ağır beyin felcine kadar değişik derecede özürlülüğe aday olarak hayata başlamaları söz konusudur. Engellerle dolu hayat maratonunu ek ağırlıklarla koşmak, çocuk ve aile için çok zor olmaktadır.

*TSTV KONYA HASTANESİ
Çocuk Sağlığı ve
Hastalıkları Uzmanı

Salih Yusufoğlu
s.yusufoglu@zaman.com.tr

Mektup adresi: Ailem Dergisi (Salih Yusufoğlu) Çobançeşme Mah. Kalender Sk. No: 21 34196 Y.Bosna/İST.

'İnşallah' demeden söz vermeyin

"Hiçbir konuda, 'İnşallah' demeden (Allah'ın dilemesine bağlamaksızın), 'Ben yarın mutlaka şöyle yapacağım' deme. Bunu unuttuğun takdirde Allah'ı (cc) zikret..."

Çocuğumuza, eşimize, arkadaşımıza söz veriyoruz; fakat çeşitli sebeplerden dolayı yerine getiremiyoruz belki bu sözleri. Borç alıyoruz, zamanında ödeme noktasında sözümüzde duramıyoruz bazen. Belki de söz verip yerine getiremeyişimizin en büyük sebebi, söz verirken 'inşallah' demediğimizdendir. Çünkü, Yüce Allah (cc), bizlere, bir şey için söz vermeden önce 'İnşallah' (Allah'ın dileği ve izniyle) dememizi emrediyor. Konuyla ilgili Peygamberimiz'in (sas), yaşadığı olay, her Müslümanın kulağına küpe olacak türden. Müşrikler, Efendimiz'e (sas), bazı sorular sorarlar. Efendimiz (sas), 'inşallah' demeden, "Bunların cevabını size yarın söyleyeceğim." buyurur. (Aslında burada Rabb'imiz, Efendimiz vesilesiyle bizlere inşallah demenin ne kadar ehemmiyetli olduğu dersini veriyor.) Cenab-ı Hak, Efendimiz, 'inşallah' demediği için, vahyi on-on iki gün geciktirir. Müşrikler, "Rabbi Muhammed'i bıraktı, terk etti." diye yaygara yapmaya başlayınca, Efendimiz (sas), ziyadesiyle üzülür. Bunun üzerine, Hz. Cebrail, Kehf Sûresi'nin 23-24. ayetlerini Efendimiz'e (sas) bildirir: "Hiçbir konuda, 'İnşallah' demeden (Allah'ın dilemesine bağlamaksızın), 'Ben yarın mutlaka şöyle yapacağım' deme. Bunu unuttuğun takdirde Allah'ı (cc) zikret ve 'Umarım ki Rabb'im, doğruluk yönünden beni daha isabetli davranışa muvaffak kılar' de."



Söz vermeden önce 'inşallah' diyelim

Dinimizin emrettiği küçük gibi görünen büyük davranışları ihmal edince, ufkumuz daralıyor, bakışlarımız bulanıyor ve ferasetimiz zayıflıyor. Mesela her gün verdiğimiz onlarca sözden kaçına 'inşaallah' (Allah'ın izniyle) diyerek başlıyoruz. Halbuki öyle harika bir yere bağlıyoruz ki sözümüzü, bağlanacak tek güce: Rabb'imize. Verdiğimiz sözü yerine getirebilmek için, Yüce Allah'tan yardım istiyoruz. İnşallah ifadesini söylerken aslında, 'Ey Yüce Rabb'imiz! Bu işimi/sözümü senin rızan için yapıyorum/veriyorum. Bizi mahcup etme. Bu sözü verirken senin engin rahmetine güveniyorum. Bize sözümü yerine getirecek güç, basiret ve imkan ver' diyoruz. Madem 'inşallah' ifadesi bu kadar önemli, o halde her sözümüzün başında 'inşallah' demeyi unutmayın... İnşallah... harika bir yere bağlıyoruz ki sözümüzü.

"Hakikî Sevgili" olan Rabbimiz'in bize gönderdiği uzun mektubu olan Kur'an'a karşı alâkasız davranmak; ne kadar da haksızlık, vefasızlık ve katı kalpliliktir.

■ PROF. DR. MUSTAFA NUTKU

Sevgili'den mektup var

Beş yaşında kadar gözüken küçük çocuk, etrafındaki kendi kendine sessizce bir şeyler okuyan büyüklerine sırayla göz gezdirdi. Sonra, bir an durgunlaştı ve aniden boşalıp; "Ben niçin okuyamıyorum?" diye hıçkırıklarla ağlamağa başladı. Büyükleri, şefkatle onu teskine çalıştılar. Aslında ne kendisinin ne de büyüklerinin, bu mevzuda bir hatasından veya noksanlığından bahsedilemezdi. Genellikle çocuklar okuma-yazmayı, altı yaşını bitirdikten sonra kaydoldukları ilköğretim okulunun birinci sınıfındayken öğrenirlerdi. Okula gidememiş erkekler askerdeyken, kadınlar ise okuma-yazma kurslarında okur-yazar hale gelirlerdi. Fakat gene de, o küçük çocuğun; "Ben niçin okuyamıyorum?" diye hıçkırarak ağlaması, insana tesir ediyor ve bir şeyler anlatmaya çalışıyordu. Bir köy ilkokulu öğretmeni, talebelerini okumaya ve yazmaya alıştırmak için; "Bulduğunuz her yazıyı okuyun ve bulduğunuz her boş kağıdı yazıyla doldurun.." tavsiyesini tekrarlarmış. İslâm'ın ilk emrinin "-Oku!" olduğunu bilen çoktur: "Yaratan Rabb'inin adıyla (ve Rabb'in adına) oku." (Alak Sûresi, 96/1) Bu âyette, "Neyi?" sorusunun cevabı olacak bir nesne bulunmadığından, O'nun rızasına uygun olan bütün okumaları da içine almaktadır. Bulduğu her yazılı kağıdı okumanın Allah (cc)'ın "Oku!" emrine dahil olduğunu söyleyebilmek, mümkün değildir. Ancak, bu tavsiyenin, okuma-yazmaya karşı direnci kırmak ve köy çocuklarının bu mevzudaki atâletini gidermeye faydası olabilir. Bütün mülk, tesir, fiil, Allah (cc)'a aittir. İnsanın elindeki, mesul olduğu ve onunla dünya hayatı boyunca imtihan olduğu tek şey: "Seçmesi" (meyelânı ile, irade-i cüz'iyyesi ile)dir. Her şeyi okumamalıdır. Okumak, akıl midesini doldurmaktır. Mideye her şey, rastgele doldurulmaz; bunda da iyi bir "seçim" yapmak şarttır.

Çünkü, doldurulan şeylerin bazısı gıda olsa da; bazısı zehir, bazısının hazmı güç, bazısı da obezite (şişmanlık) yapıcı olabilir. İnsanın okumaya en fazla istek duyabileceği yazılı metin "Sevgiliden gelen mektup"tur. Okuma biliniyorsa; bu mektup, kalp atışı hızlanarak, yudum yudum içer veya teneffüs eder gibi okunur, koklanır, öpülür, muhafaza edilir. Okumasını bilmeyen bir ana, sevgili oğlunun askerden veya uzak bir yerden gönderdiği mektubunu alınca ne kadar çok sevinir; eline alır, öper, koklar, satırları üzerinde göz gezdirir ve hemen onu kendisine okuyacak birini bulup, okunanları sevgi ve hasret gözyaşlarıyla dinler. Sevdiklerinden gelen mektupları bizzat kendisi okuyabilmek için okuma kursuna giden yaşlı analar da çoktur. "… Evet, mevcûdatta sebeb-i muhabbet olan hüsün ve ihsân ve kemâl, Bâki-i Hâkikî'nin hüsün ve ihsân ve kemâlâtının işarâtı ve çok perdelerden geçmiş zaif gölgeleridir; belki cilve-i esmâ-i hüsnânın gölgelerinin gölgeleridir." (RN Külliyâtı, Sözler). Düşünecek olursak, Allah (cc)'ın mâsivâsını (O'nun haricindekileri); Allah (cc)'ın hüsün, kemâl ve ihsânının gölgelerinin gölgesi, mecazî ve çok küçük tecellîleri için sevip, o muhabbet sebebi sıfatların asıllarına en yüksek derecede sahip olan Allah (cc)'ı sevmekteki ihmalkârlık ve O "Hakikî Sevgili"nin bize gönderdiği uzun mektubu olan Kur'an'a karşı alâkasızlık; ne kadar tezat, haksızlık, vefasızlık, katı kalplilik ve yabanîlik değil midir? Bugün Kur'an okudunuz mu?



FOTOĞRAF: HÜSEYİN YEŞİLKAVAK

Rabbimiz'in bizi düşünüp, bizim için gönderdiği uzun mektubu olan Kur'an'a karşı ilgisiz davranmamız, onu başucu kitabı haline getirmememiz düşünülebilir mi?

YOGA

MUSTAFA AYDIN

Hintçe şarkılar, etkileyici tütsü kokuları sarmalında kendilerini bir boşluğa bırakıp, ne olduğunu gerçekte bilmedikleri bir takım Hintçe "mantra"lar tekrar ederek insanlar nereye ulaşmaya çalışıyor? Sevgi ve kardeşlikle yoğrulup, kainata gülen bir yüzle bakabilmek başka türlü mümkün değil mi?

FOTOĞRAF: İBRAHİM USTA

Yoga, reiki, meditasyon ne kadar masum?

Şehir hayatı beraberinde dayanılmaz koşuşturmacalar, yorgunluklar, stresler, çatışmalar, çekişmeler getiriyor. Yorulan bedenler ve zihinler ertesi güne dinç kalkabilmek için yeni dinlenme ve huzur bulma yolları arıyor. Sürekli bir şeyler yetiştirme telaşı, konsantre olmakta güçlük çekme, dinlenmek için zaman bulamama, çabuk sinirlenme, kendini mutsuz hissetme şehir insanının artık kronik sorunlarından. Yapılan yürüyüşler, koşular ya da gidilen spor salonları fiziksel rahatsızlıkları kısmen bertaraf ediyor. Ama ruhen ferahlamak o kadar kolay olmuyor. Birçok insan huzur bulmak, hayatlarına düzen vermek ve kişisel becerilerini geliştirmek için birçok etkinliğin yanı sıra yogaya da yöneliyor. Yoga diyeti, reiki, zen felsefesi, meditasyon derken bu tarz uzakdoğu inanışları farklı bir şekilde ön plana çıkıyor.

"İntiharın eşiğinden yogayla döndü", *"Yoga boy uzatır, yağları yakar"*, *"Bedeni ve zihni eğitiyor"*, *"Depresyona birebir!"*, *"Yoga ile saf arzuyu bul"*, *"Yoga yapan çocuklar daha rahat uyuyor"*, *"İşte bilgeliğe giden dört yol"* gibi başlıklar konuyla ilgili özendirmeerden sadece birkaçı. Zihinlerindeki sorulara cevap arayan insanların ruhlarındaki boşluğu gidermek için yoga, meditasyon, feng shui, zen felsefesi gibi şeyler alternatif olarak gösteriliyor. Bu tür uygulamalara sağlıklı yaşam, doğru beslenme, sevgi, mutluluk, pozitif düşünme, evrenle uyum, vücut enerjisini doğru kullanma gibi kavramlarla başlanıyor. Ama günah-sevap, dünya-ahiret, cennet-cehennem, Yaratıcı-kul kavramlarının içi yeni öğretilerle bir anda boşaltılıyor.



Yoga ve transandantal meditasyon sonuçta insanı uzakdoğu inançlarına yönlendirip, tevhid inancından uzaklaştırıyor.

Modern yaşamın bir parçası gibi gösterilen ve yapılan uygulamalarla bunu anlatan pek çok şey insanların zihinlerinde iz bırakıyor. Yoga, reiki, meditasyon, Zen felsefesi vb. değişik şekillerde özellikle kadın dergilerinde karşımıza çıkıyor. Birçok televizyon dizisinde de bu tür ögeler özendirici bir şekilde yer alıyor. Yogaya ve onun gibi benzerlerine katılan insanlardan sadece spor yapmalarının ötesinde bazı öğretileri de yerine getirmesi isteniyor.



Bir pop şarkıcısı ile meşhur edilen Karma felsefesi, reenkarnasyon, reiki, feng shui, astral beden, kristallerin insanlar üzerinde farklı güçleri olduğuna inanma, beyaz ve kara büyü ritüelleri, kabalacılık, kehanetcilik, ruh çağırma, şeytan çıkarma gibi düşünceler uzakdoğu inanışlarından ortaya çıkıyor.



Yoga uzmanları, öğretiler olmadan yapılan yoganın jimnastik veya aerobik olacağını ifade ediyor. Onlara göre yoga; üç temel varlığımız olan fizik, zihin ve ruh planlarımızın mükemmel şekilde ahengini temin eder. Meditasyon ise, 'mutluluğun yegane yolu' olarak telkin ediliyor. Kişisel gelişimle ilgili eserlerde yer alan, hayatı ve benliği anlamlandıran temel kavramlara, Budist, Maniheist, Brahmanist, Taoist bakış açısıyla anlamlar yükleniyor. Yoga yapacak kişinin, bir köşeye oturup rahatlamak için tekrar tekrar yinelediği çoğu büyüsel içerikli söz yada sözcüklere (genellikle "aum/om") "mantra" deniyor. İnsanlar garip bir şekilde, Hindu, Brahman, Budist, Taoist, Şintoist âlemin kainatta neye karşılık geldiği, kimden ne istendiği belli olmayan "mantra"larını söyleyerek şifa, afiyet ummaya çalışıyor.

Meditasyonla ne amaçlanıyor?

Liderliğini Maharishi Mahesh Yogi'nin yaptığı Transandantal Meditasyon (TM) hareketi de yoga gibi giderek yayılıyor. Onlar da aynı söylemi kullanıyor ve herhangi bir dini amaçlarının olmadığını söylüyorlar. Amaç olarak yine sağlıklı beslenme, enerjiyi dengeleme, huzur ve sükunet konuları öne çıkarılıyor. Mürit adaylarına "kendi inançlarınızı, dininizi değiştirmenize gerek yok" deniyor, ancak, her gün sabah kahvaltısından ve akşam yemeğinden önce olmak üzere iki defa büyük üstad Maharishi'nin resmine bakarak meditasyon yapmanız, transa geçmeniz gerekiyor. TM'nin, Türkiye'de 20 bin kayıtlı üyesi bulunan 5 derneği bulunuyor. Kamuoyunun çok iyi bildiği isimlerin sürekli tavsiye ettiği TM, her geçen gün daha çok insana ulaşıyor. Onlara göre TM, bir din değil. İlahiyatçılara göre ise transandantal meditasyon, Budist "aydınlanma"yı elde etmek için Hindu "Raja Yoga" üzerine temellenen bir din hüviyetinde. Bütün bu Hint kökenli kültlerin hepsinde reenkarnasyon düşüncesi bulunuyor. Çünkü bu, dinlerin temel inancını oluşturuyor. İlahiyatçı-yazar M. Enes Ergene, yoga ve meditasyon söylemleriyle Türkiye'de faaliyette bulunan grupların yoga ve meditasyonu bir nevi spor olarak lanse ettiklerini; ancak gerçekte yoga felsefesinin sosyo-psikolojik açıdan bir dini inanç biçimi olduğunu söylüyor. Tüm dünyada mistisizme ve metafiziğe ciddi bir yönelme olduğunu söyleyen Ergene, "Yoga ve meditasyonda dini sayılabilecek bir dizi rabıta ve trans biçimi, tören, sembol ve ritüeller var. Zaten Amerika'da kendilerini yeni ve kozmik bir dinin üyeleri olarak tanıtıyorlar. Ama Müslüman bir ülkede bunu din gibi tebliğ etmeyi stratejik bulmadıkları için bir nevi spor gibi takdim ediyorlar. Hepsi köken olarak, dünya görüşü olarak ve birer felsefe olarak Uzakdoğu dinleriyle ve özellikle de Budizm'le yakından ilgili." diyor.



Spor görünümlü felsefeler

New age hareketlerde büyü ve sihir çok büyük bir yer kaplamaktadır. Uzakdoğu dinlerinin tüm büyü ritüelleri, Şamanizm gibi büyü temelli batıl inanışları ve tarih boyunca süregelmiş her türlü o kült inanış bu batıl dinle tekrar dünya gündemine getirilmiştir.

Falcılık, tarot kartları, ruhlarla bağlantı kurarak gelecekten bilgi alma aldatmacası, medyumluk ve kehanette bulunma gibi batıl inanışlar new age kültürünün önemli bir bölümünü oluşturuyor. Zaten Guru ismini verdikleri yoga uzmanları da genelde ruhlarla bağlantı kurdukları, medyumluk yaptıkları, tarot kartları ile geleceği söyleyebilecekleri gibi iddialara başvurarak insanları etkilemeye çalışıyorlar. Oysa gaybı da ve müşahade edilebileni de sadece Allah bilir. (Neml Suresi, 65) , (Cin Suresi, 26-27).

Onlara göre her insan özünde "ilahlık" enerjisi taşıdığı için, belli bir seviyeye geldiğinde "doğru - yanlış", "günah - sevap" diye bir şey kalmamaktadır. Onlara göre insanın yaptığı herşey doğrudur.

Psikiyatrist Mustafa Merter:

İnsan ruhuyla oynanmaz!

"Avrupa'daki uzun hayatım boyunca, yoğun bir şekilde meditasyon uyguladım. Türkiye'ye gelip İslam'la müşerref olduktan sonra, gitgide meditatif aktivitelerim ikinci plana düştü. Meditasyonu ben, psikoterapide bazı yardımcı metotlara ek olarak telakki ediyorum. Meditasyonu eğer bir dinsel uygulama gibi algılarsak bir süre sonra, zehir haline dönüşebilir. Çünkü meditasyon esnasında değişik bir bilinç boyutuna giriyor ve çıkıyor insan. Bir bağımlılık oluşabiliyor. Oradan bu boyuta geldikleri zaman, bir boşluk hissediyorlar. Dünyadan zevk alan, o hazları hissedemez hale dönüşüyor. Tekrar öbür tarafa dönmek istiyor. Fakat öbür taraftaki hali bulamadığı için, iki cami arasında bînamaz oluyor. Bu gidip gelmelerin sonunda insan, çok ağır depresyona girebiliyor.

- Nasıl tezahür ediyor?

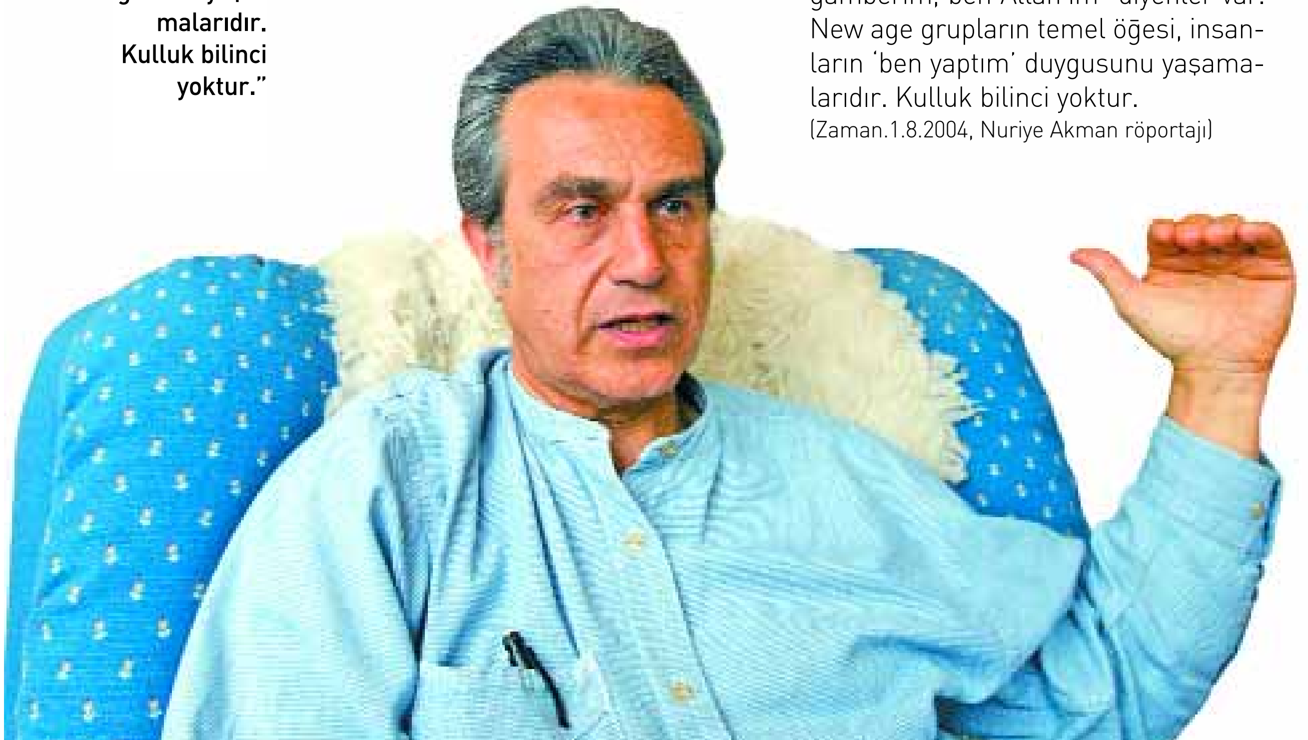
Senelerce beraber olduğumuz bir arkadaşım, gül gibi bir karısı, güzel çocukları var. Psikiyatristlerin tanımını koyamadıkları bir depresyon yaşıyor. 70'li yıllarda Budist mabetlerinde kalıp, uzun süre meditasyon yapan bir çocuk. Ne bu dünyadan zevk alabiliyor, ne öbür tarafa gidebilir halde. Sokaklarda ruh gibi dolaşıyor. Ve o münferit bir vaka değildir. Geçen bir olay aktarıldı: Birisi, Azerbaycan'dan gelen bir şifacıya gidiyor. Kendinde bir rahatlama hissediyor. Ve yakınlarını da oraya gitmeleri için teşvik ediyor. Yakınlarından bir tanesi, "Bana vahiy geliyor" demeye başlıyor. Eşi de paranoid bir krize giriyor. O aile parçalanmak üzere. İnsan ruhuyla oynanmaz. Kendin pişir, kendin ye maneviyatı olmaz. İnsanın bu dünyada bir haz kredisi var. Eğer bu haz kredisi aşılırsa, artık hiç haz alamaz hale geliyoruz.

- Bu enerji alıp vermelere ne diyorsunuz?

İşin içinde enaniyet var. İşin Rahmani boyutu bitmiş. Büyük bir ego şişmesi oluyor. Bu insanlar yalnız şifada kalmıyorlar, ondan sonra "Ben Hz. Mevlana'yım, reenkarnasyonum. Ben peygamberim, ben Allah'ım" diyenler var. New age grupların temel öğesi, insanların 'ben yaptım' duygusunu yaşamalarıdır. Kulluk bilinci yoktur.

(Zaman.1.8.2004, Nuriye Akman röportajı)

"New Age grupların temel öğesi, insanların 'ben yaptım' duygusunu yaşamalarıdır. Kulluk bilinci yoktur."



"Yeni Çağ/New Age" inanışları, özünde insanları Allah inancından uzaklaştırma, dinin getirdiği ahlaki güzellikleri önemsememe ve ilahi vahiy yerine bâtıl esinlenmelere yöneltme hedefini taşıyor.



Yoga din değilse ne?

Yoga bugünkü Hint dillerine temellik yapan Sanskritçede 'boyunduruk' etme anlamındaki 'yug' kelimesinden türemiş ve bedenin, duyguların ve zihnin tam kontrolü anlamına geliyor. Bu, bir taraftan vücudun, zihnin ve ruhun uyumu ve bütünleşmesi, diğer taraftan da kişisel ruhun "Evrensel Ruh"la(!) birleşmesi demek. N. V. Raghuram'ın Türkiye'deki yogacıların sitesinde yayınlanan makalesinde "Yoga yaparsam Hindu olur muyum?" sorusu sorularak cevap olarak, "Yoga din değildir" deniyor; ama bakın devamında "din" nasıl bir müessese olarak görülüyor:

"Yoga'nın bir dine ait olduğunu düşünmek, büyükbabanın yeni doğmuş torununa benzediğini söylemek gibidir. Din çoğu zaman bizi sınırlarken yoga bizi genişletir. Bizi köle haline getirmekten ya da dünyanın içinde boğulmaktan, ya da ben-merkezci olmaktan korur. Yaşam yolunda, kişi içsel tanrısal yönünü tezahür ederek büyüyebilir."

Yine aynı makalede, "Yoga ile âşina olmayanlarımız onu genellikle Hindu dininin bir uzantısı olarak görür ve bilmeden pagan bir ritüelin bir parçası olmaktan çekindiği için yogadan uzak durur. Ancak, Yoga bir din değildir! Çünkü yoga, bilinen tüm dinlerden daha önce başlamış bir felsefedir!" deniyor.

Türkiye'ye sık sık gelen tanınmış gurulardan Shri Mataji'nin çalışmaları durumu en iyi şekilde özetliyor: Harbiye Askerî Müzesi'nin fuar salonunda düzenlenen yoga ayini sırasında katılımcıların Shri Mataji'ye taptıkları için ayaklarını bile öptükleri, ayaklarını yıkadığı suyu içtikleri medyaya yansımıştı. (Milliyet, 23.04.2002) Shri Mataji'nin büyük bir fotoğrafı ile tütsü, Hint müziği ve mumlar, Sahaja yoganın öğretildiği mekanlardan eksik edilmiyor. Eğitime katılanlara önce "aydınlama meditasyonu" yapılıyor, yani herkesin omuriliğinde olduğu varsayılan 'kundalini enerjisi' başın üzerine yükseltilip bağlanıyor! Ondan içlerindeki 'saf çocuğu' uyandırması isteniyor. Ancak, tüm bunlar, yapılırken Shri Mataji'nin fotoğrafının önünde mum yakarak ona doğru dönük olmak, onunla kalben transa geçmek şart! (06,12,2004, Sabah)

Tüm dünyada milyonlarca müridi olan Hintli yogacı Shri Mataji Nirmala Devi.







Özellikle yazılı ve görsel medyadaki reklamlarla yoga ve meditasyon sürekli olarak özendiriliyor. Bun sonucunda insanlar tekrar ettikleri sözün ve yaptıklarının ne olduğunu bilmeden yoga ve meditasyon seanslarına katılabiliyorlar.

Medya yönlendiriyor

Birçok kadın dergisi ve gazete yoga ve benzeri akımları manken görüntüleri eşliğinde sayfalarına taşıyarak gündemde tutuyor. Ancak, bu tarz programlarda miskinliği bir yaşam tarzı olarak benimsemiş malum Hind fakirlerinin imajı yansıtılmıyor. Bu özendirmeler sayesinde artık kolejler, ilköğretim okulları, devlet daireleri, hatta bazı özel ana sınıflarında dahi çocuklara Hindli yogiler eşliğinde yoga yaptırılıyor.

Yoga, meditasyon, şifacılık, biyoenerji tedavileri, transandantal meditasyon gibi uygulamalar bu tarz inanışlarda büyük bir yer tutuyor. Astroloji, tarot kartları, falcılık, medyumluk bu kültürün önemli bir bölümünü oluşturuyor.

Sonu Budizm'e varıyor

Budizm putperest bir anlayış üzerine kurulmuş, çok tanrılı bir dindir. Bu anlayışla yetişen Budist rahipler tüm hayatlarını Buda'ya ibadetle geçirirler. Budizm, tevhidi kabul etmeyen, sadece insanın bazı ahlaki yönlerden gelişimini ve dünyaya ait ızdıraplarından kurtulmasını temel alan özünde çok tanrıcı bir felsefedir. Budizm, insanın dünyaya sürekli geldiği, bir önceki hayatındaki davranışlara göre bir sonraki hayatının şekillendiği (reenkarnasyon) düşüncesi üzerine kurulmuştur. Bunlar İslam'a ve Kur'an'a tamamen zıt düşüncelerdir.

Uçmak, suda yürümek!

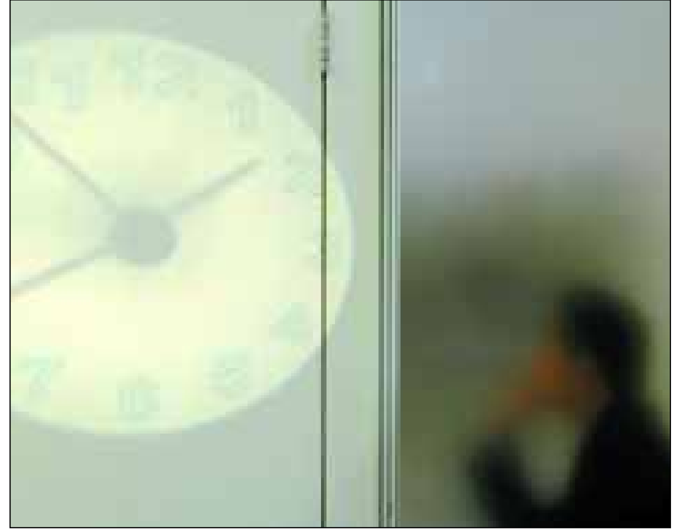
Türkistan'da yetişen büyük velîlerden Ebu Said Ebü'l-Hayr'a bir gün, "Filanca kimse su üstünde yürüyor. Buna ne dersiniz?" diye sorulunca; "Bunun kıymeti yoktur. Ördek ve kurbağa da yüzer." dedi. "Filan adam havada uçuyor." dediler. "Sinek ve çaylak da uçuyor. Sinek kadar kıymeti var." dedi. "Filan kimse, bir anda şehirden şehre gidiyor." dediler. "Şeytan da, bir solukta şarktan garba gidiyor. Böyle şeylerin dînimizde kıymeti yoktur. Merd olan, herkesin arasında bulunur. Alışveriş yapar, evlenir. Fakat, bir an Rabbini unutmaz." buyurdu.

Güven krediniz ne kadar? Güven limitlerinizi hiç kontrol ettiniz mi? Yoksa hiç güven krediniz yok ve limitleriniz eksilerde mi geziyor? O halde kendinize çeki düzen vermenin zamanıdır...

■ BERRE KABAKÇI

Vefa, sadece İstanbul'da bir semtin adı değildir!

Müslümanlık iddiasındaki bir insanın, iddiasını destekleyen birtakım vasıfları taşıması gerekir. Bu vasıflar Kur'an-ı Kerim'de ve Sevgili Peygamber (sas) Efendimiz'in sünnetinde değişik vesilelerle anlatılmaktadır. Allah (cc) Kur'an-ı Kerim'de Mü'minun Sûresi'nde mü'minleri özetle "Allah'a ve Rasulü'ne iman ederler, namazı dosdoğru kılarlar, zekatı verirler, nefislerini haramdan korurlar..." şeklinde tarif ediyor. Allah (cc) bu sûrede mü'minlerin emanete sahip çıkma ve verdikleri sözü tutma özelliklerini iman etmek, namaz kılmak, zekat vermek gibi belli başlı özellikleriyle birlikte sayıyor. Bir insanın Müslüman olduğunun en açık göstergelerinden biri hiç şüphesiz onun sözüne sadakati ve ahdine gösterdiği vefasıdır. Ne yazık ki bizler bu konuda bizden öncekiler kadar hassas olamıyor, olur olmaz zamanlarda önünü ve ardını hiç düşünmeden sözler veriyor, vaatlerde bulunuyoruz. Tutamadığımız veya tutmadığımız her söz, vefa gösteremediğimiz her ahdimiz, söz verdiğimiz vaatte bulunduğumuz kimseler nezdindeki güvenilirliğimizi sarsıyor. İletişim imkanlarının son derece geliştiği günümüzde, yaşadığımız güven erozyonu sadece ahitleştiklerimizle sınırlı kalmayıp, kulaktan kulağa yayılarak yakın ve uzak çevremizdeki insanları da etkiliyor. Bu durum, yani sözümüze ve ahdimize vefasızlığımız kendi kişiliğimizin olumsuz tanınmasına sebep olduğu gibi maalesef bazı kimselerin gözünde temsil ettiğimiz değerlerin de kötülenmesine yol açıyor.



Sözünüzde durun. Verdiğiniz saatte randevunuza gelin.

Empati yapmamız önerilir sürekli. Kendimizi başkasının yerine koymamız tavsiye edilir. O başkası, bir bitki de olabilir aslında, bir hayvan da.. Çünkü herkesin üzerimizde hakkı var.

■ RAMAZAN KERPETEN

SİZ başkasının yerinde olsaydınız

Çok tanıdık bir cümle vardır içimizde: "Ben onun yerinde olsam var ya..." Böyle başlayan cümlelerin devamında, o imkan sahibinin yerine geçip de yapılmak istenen özlemler sıralanır: "O şirketi on günde düze çıkarırdım, o çalışan elemanları hemen hizaya getirirdim... Ben başbakan olacaktım var ya, iki karar çıkarır, şu ülkeyi şaha kaldırırdım!.." Öyle olur muydu, olmaz mıydı, bilinmez ama siz biraz da sıkıntısı olan, problemli insanların yerine koysanız kendinizi? Suça itilen, suç işleyen, toplumda dışlanan, şahsi veya sosyal sıkıntılarıyla kıvranan toplumumuzun gerçek insanları gibi...

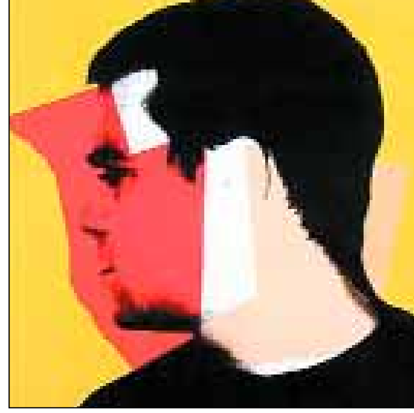
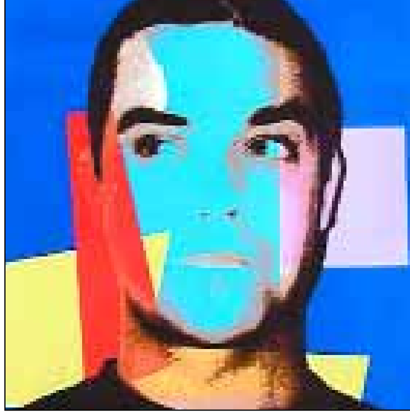
Aç kalıp hırsızlık yapan bir çocuğun yerinde olsaydınız mesela, n'apardınız? "Suç suçtur kardeşim, sallandıracaksın bir-iki tanesini, bak bir daha oluyor mu böyle vukuatlar!.." mı dersiniz yoksa işin kolay tarafını seçerek? Böyle bir tutum, o insanın içinde bulunduğu psikozları anlamaktan çok uzak. Bir empati uygulasanız. Çocuğun, mevcut şartlarının sizde gerçekleştiğini düşünün. Muhtaç ve zorda kalmış bir insan olarak tavrınız farklı olur muydu?

Bediüzzaman Hazretleri'nin ortaya koyduğu bir hakikat vardır... Talebelerinden Vanlı Molla Hamit anlatıyor:

"Bir gün caminin hücre kapısını unutarak açık bırakmıştık. Talebe arkadaşların küpte kavurmaları vardı. İçeri giren bir köpek, küpe kafasını sokup kavurmaları yemiş, sonra da kafasını çıkaramayınca küpü kırıp kaçmış.

Talebe arkadaşların canı çok sıkılmıştı. Bir tertiple köpeği tekrar celbedip, sopa ile döveceklerdi. Üstad vaziyeti öğrenince onları vazgeçirmek istedi. Molla Resul, "Seyda, biraz kıymamız vardı. Biz kıyamıyorduk ki yiyelim. Halbuki bir köpek gelerek hem kıymayı yemiş, hem de küpü kırmış. Bize zarar verdi. Nasıl biz onu dövmeyelim?" dedi.

Üstad: "Molla Resul, senden soruyorum, vicdanen söyle, sen aç kalsan, paran da olmasa, bir şey alma-


ya gücün de olmasa, nihayet açık bir yerde bir et bulsan, yer misin, yemez misin? Halbuki aklın var, idrak ediyorsun ki bu etin sahibi var." diye konuştu. Molla Resul, Üstad'ın bu konuşması üzerine bir müddet konuşmayarak sustu. Sonra cevaben, "Evet yerim Seyda!" dedi. Üstad tekrar buyurdu ki:

"Bu hayvandır, aklı yoktur. Haramı, helâli bilmiyor. Hayır ve şerri tanımıyor. Sahibinin kendisini döveceğini de bilmiyor. Elbette açık kapıdan girip, kıymalarınızı yemiş.

Bundan dolayı cezaya müstahak mıdır? Sizden soruyorum, elinizi vicdanınıza koyarak cevap verin." Sonra Molla Resul ve arkadaşları köpekte kabahat yoktur, diye kabul ettiler. Üstad, "Madem öyledir bu hayvanın gıybetini yapmayın ve helâl edin!" dedi.

Komşularınızda kavga, gürültü mü var? Kötü alışkanlıkları, bed tavırları mı var? Aynı psikolojiyi taşıyor olsaydınız, durumunuz nice olurdu? Burada dikkat; ama bu tahlil ve deneyin neticesini sağlıklı ortaya koyabilmemiz için; şartları tam olarak sağlamanız lazım. Hani, bir deneyde, doğru bir netice elde etmek için bir "normal şartlar altında" standardı vardır ya; aynı ısı, ışık, ses ve sürtünme oranında... Yani eleştirdiğin, kızdığın insanın yaşadığı ve yaşamakta olduğu bütün meselelere vâkıf olmanız gerekiyor. Bu doneleri toparlarken de aslında kızıp geçtiğimiz çevremizdekileri bütün yönleriyle tanımış ve onun gerçek dünyasına tanık olmuş oluruz.

Cevabınızı verdiniz diyelim; "Ben olsam aynısını yapardım", "yok, yapmazdım". Şimdi sıra, -ister istemez- elde ettiğimiz bilgi dağarcığı ile yüklenmiş olduğumuz bir sorumluluğun gereğinde. Bakın, çevrenizde belli sıkıntılar yaşamış ve halen de yaşamakta olan birileri var. Şimdi asıl soru geliyor:

"Şimdi siz onun için ne yapabilirsiniz?" Onun meselelerine bu kadar aşina olduktan sonra es mi geçeceksiniz?

İşin kolayını herkes yapıyor; o insanı, problemlerinden dolayı küçümseyip, eleştirip geçiyorlar. Siz de mi kolayını seçeceksiniz ille de?

Bir büyük hakikat var ama: "Bir kardeşinin sıkıntısını giderenin Allah da bir sıkıntısını giderir." Bu İlahi düsturu tamamlayan bir başka hakikat: "İnsanların en hayırlısı, insanlara en faydalı olanlardır."

Çocuklarım tavla oynayabilir mi?

"Gençlik çağını yaşayan çocuklarım var. Zaman zaman eğlence olsun diye tavla açıp oynuyorlar. Tavla oynamanın günah olduğunu babamdan duyardım. Şimdi çocuklarıma söylüyorum; 'Bunu oynamayın, kumar gibiymiş, yoktan yere günaha girmeyin, evimizi de günah mekanı yapmayın' diyorum. Ama çocuklarım günah olmadığını, çünkü sadece eğlenmek için oynadıklarını savunuyorlar. Çocuklarımın yasak bir işle meşgul olmalarından korkuyorum. Dinimizin tavla oyununa bakış açısı nedir?"

Günümüzde eğlenmek ve hoşça vakit geçirmek için oynanan tavlanın dinî hükmü konusunda değişik görüşler ileri sürülmüştür.

Bildiğimiz 'tavla'nın aynısı Hz. Peygamber'imiz zamanında olmamakla beraber ona benzer olan 'nerd', 'nerdeşîr' ve 'kiâb' adıyla anılan oyunlar bulunuyordu. Bu oyunlar hakkında Hz. Peygamber'den nakledilen hadisler şunlardır: "Nerdeşîr ile oynayan, elini domuz etine ve kanına batırmış gibidir." (Müslim, Şi'r, 10; Ebû Davûd, Edeb, 56), "Nerd ile oynayan kişi, Allah'a ve Resulü'ne isyan etmiştir." (Ebû Davûd, Edeb, 56; İbn Mâce, Edeb, 43), "Zar (kiâb) ile oynayan kişi Allah ve Resulü'ne isyan etmiştir." (Şevkânî, Neylü'l-evtâr, VIII, 94); "Nerd ile oynayıp, sonra namaz kılmaya kalkan kişi, irin ve domuz kanı ile abdest almış ve namaz kılmış gibidir." (Şevkânî, Neylü'l-evtâr, VIII, 94) Son iki hadisin sened bakımından zayıflığı söz konusudur. Hz. Muhammed (sas) başka bir hadisinde de şöyle buyurmuştur: "Her oyun haramdır. Ancak, kişinin eşiyle, ok ve yayıyla ve atıyla oynaması hariç." (Zeylaî, Nasbü'r-râye, IV, 273-274). Bilginlerin çoğu hadislerden ve sahâbînin uygulamalarından nerdin haram olduğunu ifade etmişlerdir. Ancak bazı âlimler ise, nerdin haram değil mekruh olduğunu söylemişlerdir. Zar ile oynamak da sahâbenin çoğunluğu tarafından mekruh görülmüştür.

İmam Mâlik, "Haktan sonra geriye sadece dalâlet kalır" (Yûnus 10/32) âyetine dayanarak, satranç ve nerd ile oynamanın bir dalâlet olduğunu söylemiştir. Fakat birçok Mâlikî bilgin, bu âyetin baş tarafında "İşte sizin rabbiniz olan Allah haktır" denildiğinden burada davranışlar değil, iman ve küfür mevzu edilmektedir." diyerek Mâlik'in görüşüne katılmamaktadır.

İmam Şâfiî, "Oyun dindar ve ağır başlı kimselerin sanatı değildir." diyerek insanların oynadıkları bütün oyunların mekruh olduğunu söylemiştir. (el-Üm, VI, 224-225). Yalnız satranç oyununun muhâkemeyi güçlendirmesi, savaş taktiklerine ve hilelerine alıştırması itibariyle eğitici olduğunu, bu yönüyle atıcılık ve biniciliğe benzediğini ileri sürerek satranç oynamaya ruhsat vermiştir. Bazı Hanefî kaynaklarda nerd ve satranç için haram, genelde ise mekruh şeklinde nitelendirme vardır.



Tavla oyunu, zamanı boşa harcattığı, alışkanlık yaptığı, kumara kapı açtığı için mekruh olarak değerlendirilmiştir.

Nerd ve satrancın kumar veya oyun olma gerekçesiyle haram sayılması durumunda, günümüzde mubah olan ve kuşku duyulmayan birçok oyunun da aynı gerekçe ile haram sayılması gerekecektir. Ayrıca kumarın ölçü ve sınırları belirlenmiştir. "Kumara vesile olma ihtimali vardır" diye haram sayılacak olsa, bu durumda da birçok oyunun haram kılınması gerekecektir. Bu nedenle tavla ve satrancın kumara vesile olmamak şartıyla haram olmadığı, ancak çok değerli olan zamanın boşa harcanması noktası itibariyle mekruh olduğu söylenebilir.

Nerdin ne tür bir oyun olduğu, nerdeşîr adlandırmasının anlam ve kaynağı araştırıldığında farklı açıklamalarla karşılaşılmaktadır. Bir açıklamaya göre nerdeşîr; oyun taşları ve kısa bir tahtası bulunan bir oyundur. Oyunun, kişiye çalışıp kazanmayı bıraktırıp onu yıldızlardan medet ummaya bağladığı ve davranışlarını yönlendirdiği, bu nedenle haram kılındığı belirtilmektedir. Bu bilgiler ışığında nerdin tavladan farklı olduğu ve kesin tavla oyununu anlatmadığı sonucu çıkabilir.

Mekruh ne demektir?

Kumara bulaştırılmadığı, hem Allah'a yönelik, hem de aile ve topluma yönelik görevler aksatılmadığı ve oyun anında önemli bir iş çıktığında, o işin gereği hemen yerine getirildiği (iş için oyundan çıkabilme) müddetçe tavla oynanması dinen haram olmamakla birlikte, hadiste belirtilen üç oyunun dışında olması dikkate alındığında mekruh olduğu söylenebilir. Bilindiği gibi, mekruh; çirkin, sevilmeyip kerih, nahoş görülen şeydir. Mekruh fiil işleyen kişi cezayı hak etmemekle beraber bazen kınanma cezası ve azarlanmayı hak eder. Mekruh fiili Allah rızası için terk eden kişi ise, övülmeyi ve sevabı hak eder.

İşte mucize burada! ARILAR

Dicle Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Biyoloji Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. Davut Başaran, en gelişmiş bilgisayarın, saniyede 16 milyar işlem yaparken, bir arı beyninin saniyede 10 trilyon işlem yapabildiğini söylüyor. Arılarla iç içe büyüdüğünü ve çok sevdiğini, bu nedenle "arıların gizemli dünyasını" irdelediğini ifade eden Başaran, arıların çok mükemmel işleyen bir hayatları olduğunu anlatıyor.. Erkek, işçi ve kraliçe arı olmak üzere 3 tip arı bulunuyor. Kraliçe arı 5 ila 7 yıl, erkek arı en fazla 1 hafta ve işçi arı, larvadan çıktığı andan itibaren 1 ila 6 ay arasında yaşıyor.

İşçi arı dişi, ancak kısır. Kraliçe arı ise dişi, ancak kısır değildir. Hayatı boyunca bir defa döllenen kraliçe arı 5 ila 7 yıl boyunca yaklaşık 400-500 bin spermi muhafaza eder. Yumurtadan, işçi arı 21 gün, kraliçe 16 ve erkek arı 24 günde ergin olarak çıkıyor. Sürede de fark var. Kraliçe arı, yumurtadan çıktıktan sonra zifaf uçuşuna çıkıyor. Kraliçe arı bu uçuşa çıktığı zaman bütün erkek arılara göz kırpıyor. Hep birlikte uçuşa başlıyorlar. 4 bin metre yüksekliğe kadar çıkan kraliçe arı, erkek arıların gelip gelmediğini belirlemek için arada bir arkasına bakıyor. Uçuş sırasında sadece tek bir erkek arı kalıyor. Onunla da kraliçe arı, 4 bin metre yükseklikte eksi 18 ila 20 derece arasında çiftleşiyor. Bu erkek arı da çiftleşme sırasında ölüyor. Kovana geri dönen kraliçe arı, işçi arıların temizlediği yuvalara her gün yaklaşık 2 bin yumurta bırakıyor. Dünyanın hiçbir yerinde bu kadar yumurta meydana getiren bir sistem bulunmuyor. Yumurtadan çıkan arı, jet hızıyla bal toplamaya çıkıyor.

Mükemmel bir işbölümü

Arılar arasında mükemmel bir işbölümü bulunuyor. Bir arının ömrü boyunca topladığı bal miktarı, bir çay kaşığının 12'de 1'i kadardır. En gelişmiş bilgisayar, saniyede 16 milyar işlem yaparken, bir arı beyni saniyede 10 trilyon işlem yapabiliyor. 500 gram bal için 900 arı 1 gün çalışırken, 1 arı 25 dakikada 50 çiçek, 450 gram bal için de 17 bin arı 10 milyon çiçek dolaşıyor. Arılar o kadar sistemli çalışmalarına rağmen işitmiyorlar. Gözleri de kırmızıyı görmüyor. Ama sağlıklı bir koku sistemleri var. Her kovanda 1 kraliçe, yaklaşık 80 bin işçi ve 100 bin erkek arı vardır. Kraliçe arıda, arıların hepsini gözleyebilecek bir radar sistemi var. Hangi arı ne yapıyor, hepsini gözlüyor. Kraliçe arı, salgıladığı hormonla bütün arıları zapturapt altında tutuyor. Bal arılarının düşmanı eşek arısı kovana girmek istediği zaman kraliçe arı, radar sistemiyle bunu fark ediyor. Hemen diğer arıları uyarıyor. Kovana girmek isteyen eşek arısına yaklaşık 500 arı müdahale ediyor. Bir sistem oluşturarak 50 derecelik bir sıcaklık oluşturuyorlar ve eşek arısını bu sıcaklık sistemiyle öldürüyorlar. **Diyarbakır, aa**



Seni unutmadığım için yazıyorum

Eray-Artvin
Size daha evvel bir problemimi yazmış ve sunduğunuz çare ile o sorunu aşmıştım. Teşekkürler. Hatır için yazıyorum. Umarım iyisinizdir. İmkânsızlığa rağmen derginizi ve köşenizi okuyorum. İmkânsızlık da; Artvin'in köyündeyim. Ailem buraya gelmiyor. Ismarlıyorum. Zor oluyor; ama tatlı oluyor. Beni hatırlamanızı beklemiyorum. Dua edin yeter. Bir de daha çok mutlu olabilmem için neler yapmalıyım, tavsiyelerinize ihtiyacım var.

Dr. Can
Sevgili Eray. Öncelikle Rabb'imin şifa hediyesi için çok memnun oldum ve teşekkürlerini buradan yansıtıyorum. Zorluklarla Ailem'i elde etmen ve bu zahmet ve külfette, rahmet ve nimet görmenden ötürü seni kutlarım. "Beni hatırlamanızı beklemiyorum" diyorsun. Bil ki bu cevabı; SENİ HATIRLADIĞIM İÇİN DEĞİL HİÇ UNUTMADIĞIMI HATIRLATMAK İÇİN YAZIYORUM.

Mutluluk için herkese

1- Yaşadığınız güzellikleri düşünün ve bunları her hafta sonu önem sırasına göre -en az 3-5 ay olayı- not edin ya da günlüğünüze yazın. Hem düşünürken hem yazarken hem de sonra okurken *ŞÜKREDİN.*
2- Başkalarının iyiliği için çalışın. Kendinizi daha iyi hissedeceksiniz. *İYİ OLUN…*
3- Çaresiz anlarda manevi değerlere sarılmak size güç katar. Bu gücü her zaman hissetmek adına gökten uzatılan *İPE SARILIN…*
4- Yapılanları affedemeyenler öfkelerinden kurtulamaz ve intikam peşinde koşmaktan mutlu olamazlar... *AFFEDİN.*



5- Hayatınızın kritik virajlarında size yol gösterip yardımcı olanlara minnettarlığınızı belirtin. *TEŞEKKÜR EDİN.*
6- Ne kazandığınız para, ne de iş, sizi dostlarınız kadar mutlu edemez. Ailenize, sevdiklerinize, çocuklarınıza vakit ayırın. Özellikle çocuklarınız varsa her gün "şu kadar saat" diyerek en az limiti belirleyin. Gerekirse saati kurun. Bugün ilgilenemediğiniz dakikalar için yarın kazasını yapın... *ZAMAN AYIRIN.*
7- Uyku, spor, beslenme, dinlenme, kitap okuma ve hobileriniz, ruh sağlığınızı olumlu yönde etkiler. Sağlığınıza *ÖZEN GÖSTERİN…*

Unutmayın ki mutluluk varılacak bir hedef değildir. O, yaşamın her karesinden kahırdan damıtılarak elde edilesi bir olgudur. "Bir uçağım olursa mutlu olacağım" değil, "Bisikletim var ve mutluluğa pedal çeviriyorum" demek güzeldir. İnsan bisikletle mutlu olur; ama bisikletle mutlu olmasını öğrenemeyen kişi uçağı olduğunda türbülansa girer. Mutluluklar ERAYCIĞIM.

DR. CAN

'Keşke' dememek için...

Tarık Ziya / Afrika

Sevgili Dr. abi. Bana gönderdiğiniz mektubu ömür boyu saklayacağım. O sözlerinizin de katkısıyla malum hanımla yollarımızı ayırdık. Belli ki olmayacaktı... "Hayırlısı" dedik. Ailem bana yurtdışında öğretmenlik fırsatı verdi. Şu an Afrika'dayım. O kadar güzel bir duygu ki. Sanki rüyadayım. Küçücük siyahi çocukların Türkçe konuşmak için çırpınışlarına inanamazsınız. Bir HOŞÇA KAL, MERHABA, bir GÜLE GÜLE deyişleri var.. Ölürsünüz, bitersiniz!.. Hani buralara gelip onları görünce tüm dertlerimi unuttum diyebilirim. TEŞEKKÜRLER AFRİKA...



Dr. Can

"KEŞKE" diyecektim Tarıkçığım; şu an SAHİBİNİ (cc) çok zikretmeyen dudaklarımı kesip yollasam sana ve o güzel TÜRKÇE'mizi konuşmaya çalışan ZENCİ bebelerin alınlarına yapıştırsaydın ve öylece kalakalsalardı... "KEŞKE" derdim bir zamanlar; şu safari giysileri içinde, bermuda şortlarıyla, boyunlarında dürbün, bir elinde tüfek diğer elinde İncil, jeeplerine binip ilkel kabilelerde misyonerlik yapan papazların yerine, kılıçlarını çiçeklerle donatarak huzur götüren Osmanlı gibi bu sefer de, kalemlerini süsledikleri güllerle EĞİTİM ve ERDEM götürülse oralara.

"KEŞKE" derdim; sevgili ACUN dünyaya ve özellikle Afrika'ya firar ederken, oranın güzelliklerini anlatıp birkaç insana güç bela "MARABA TÖRKÎ" dedirtmeye çalışırken, kameranın arka planında birkaç SİYAHİ Güney Afrikalı çocuk, ellerinde küçük TÜRK bayraklarıyla İSTİKLAL MARŞI'mızı eksiksiz söyleseler... İnan ki ne sorunlarının geçtiğine tam olarak sevinebildim, ne de tüm sıkıntılarını burada bıraktığına...

Oradaki küçük Bilal'lerin, Zeyd'lerin, Necaşi'lerin TÜRKÇE konuşmaları bana öyle tatlı geldi ki. Hani mükemmel bir baklavayı alırsın ağzına, damağında şöyle bir ezer, döndürürsün de tüm ruhun ve hücrelerin firar eder ya...

Ben de sana cevap yazmadan önce 3-4 saat bu lezzetle yürüdüm odamın içinde. Bir diyabet hastası olarak şekerim tavan yaptı. "Olsun varsın" dedim. Siyahi kalemime gözyaşlarımdan İNSÜLİN çekerek yazmaya başladım.

Bilemiyorum Tarıkçığım. Afrika'nın neresindesin? Tarık bin Ziyad gibi Atlas Okyanusu'na dayanıp, oradan Endülüs'e geçecek misin? Gemileri yakıp Zaragoza'dan rövanşı alacak mısın? Yoksa KONYA'da ararken "Bir beldede iki MEVLÂNÂ çok" diyerek, KENYA'ya oranın kimyasını değiştirmeye giden, kimya öğretmenim YAVUZ'larla birlikte misin?

Ya da Başbakan'ın Cape Town gezisindeki yemekte TÜRKÇE ŞARKILAR söyleyen siyah derili çocukların yüzlerindeki ZİYA senin okulundan mı geliyordu?

Neredeysen orada kal Tarıkçığım. Ama lütfen gelme buralara. Gana'dan, Nijerya'dan, Kamerun'dan gelen futbolcular, TÜRKÇE bilmediklerinden uyum sorunu yaşıyorlar. Bir de gol attıklarında elleriyle dudaklarına, başlarına, göğüs ve omuzlarına dokunarak bir şeyler yapıyorlar. Bütün Afrika'da baştan başa bu iki konuyu halletmeden gelme n'olur Tarıkçığım... Türkiye seninle dua ediyor.





Sadece Sütten





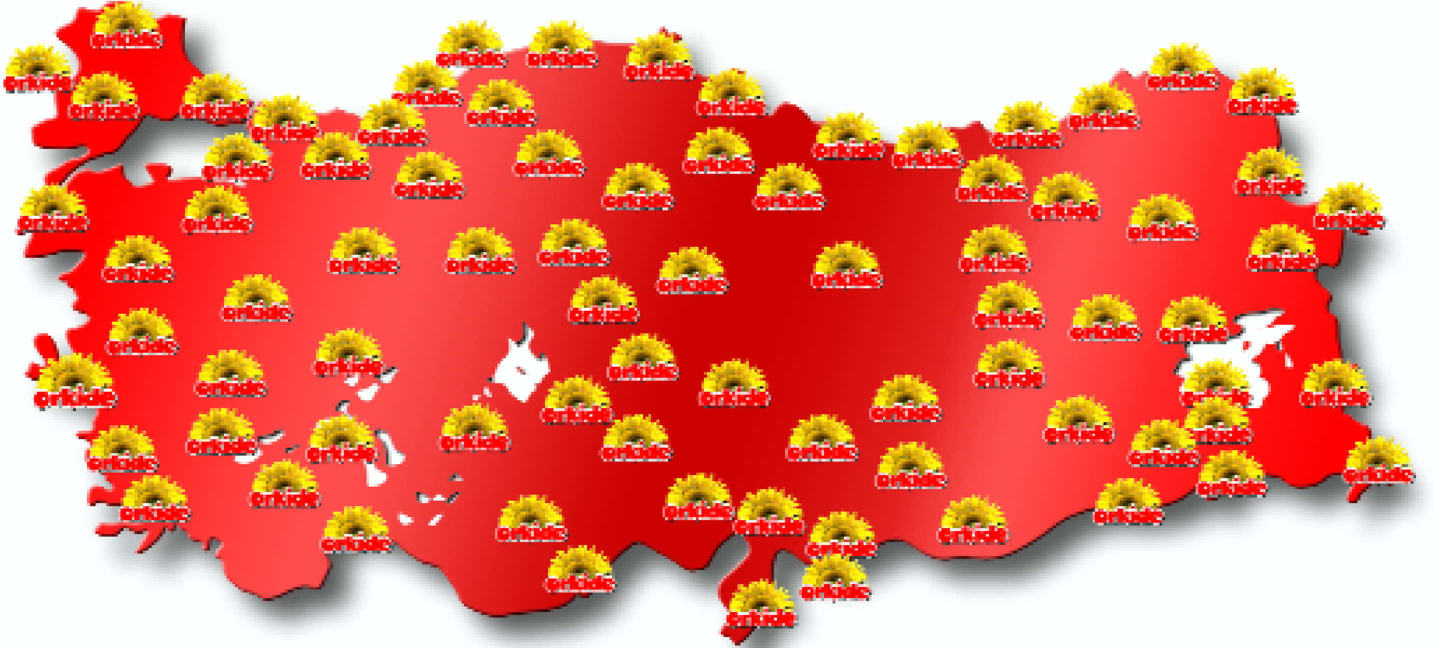








Teşekkürler



Yurdumuzun her köşesinde
sağlığına ve damak zevkine önem verenler,
yıllardır Orkide'yi seçiyorlar.
Tercihiniz için teşekkürler

Türkiye !




Küçükbay Yağ ve Deterjan San. A. Ş. Ankara Caddesi No: 102 Bornova - İzmir - TÜRKİYE
TEL: (0232) 388 25 57 PBX. FAKS: (0232) 388 37 92 www.orkide.com.tr. E-mail: orkide@orkide.com.tr